№ 41. Łowicz, 11 października 1912 roku. Rok II.

# ŁOWICZANIN

Tygodnik społeczno-ekonomiczny i literacki, poświęcony sprawom Łowicza i jego okolic. Wychodzi co piątek.

| Przedpłata z przesyłką poczt. | | | bez przesyłki. | | | Cena ogłoszeń za wiersz garmontowy lub jego miejsce: | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Rocznie . . . . . . | Rb. | 3.00 | Rocznie . . . . . . | Rb. | 2.00 | Przed tekstem na 1 stronie | kop. | 50 | Drobne ogłoszenia za wyraz | kop. | 2 |
| Kwartalnie . . . . . | kop. | 75 | Kwartalnie . . . . . | kop. | 50 | Nekrologi wiersz garmont. | „ | 30 | Ogłoszenia o lokalach i poszukiwanej pracy za 3 wiersze | kop. | 25 |
| | | | | | | Reklamy po tekście . . . | „ | 25 | | | |
| | | | | | | Ogłoszenia zwyczajne . | „ | 20 | | | |

Adres Redakcyi i Administracyi: **Łowicz**, Warsz. gub.

Rękopisów niezastrzeżonych redakcja nie zwraca.

**Numer pojedyńczy 5 kop.**

Prenumeratę i ogłoszenia przyjmują: na Nowym Rynku Zaklad felczerski W-go **J. Komara**, w Głownie W-ny **Kozłowski** kasjer w Sochaczewie skład Apteczny W-go **Pawłowskiego**, w Skierniewicach księgarnia W-go **Zielińskiego**, w Żychlinie skład Apteczny W-go **Przeździeckiego**, w Kutnie księgarnia W-go **Porowskiego**, w Pniewie W-ny **Z. Flaczyński.**

# NUMER KĄPIELOWY.

## Upraszamy o wniesienie przedpłaty na kwartał czwarty.



### KALENDARZ.

† *Piątek* Placydy i Zenajdy P. p.*)
*Sobota* Maksymiliana B. W., Ludwika B.
*Niedziela Wincentego Kadł.* Edwarda.
*Poniedziałek* Kaliksta P. M. Ewarysta.
*Wtorek* Jadwigi Wd., Teresy P.
*Środa* Martynina i Saturjana M. m.
*Czwartek* Wiktora M., Małgorzaty Alac. P.

Placydy i Zenajdy. Placyda panna, poniosła smierć męczeńską w Weronie we Włoszech.

Św. Placyd opat i męczennik, urodził się w r. 1510 w Rzymie. Oddany na wychowanie św. Benedyktowi, cwiczył się pod jego okiem w doskonałośći i był jego ulubionym uczniem. Czerpiąc raz wodę z jeziora około Subiaco, wpadł do jeziora i począł tonąć. Benedykt posłał mu na pomoc św. Maura. Posłuszny Maurus wszedł w wodę i idąc po niej jakby po ziemi, wyciągnął Placyda żywego. Doszedłszy lat, wyprosił sobie Placyd od ojca kawał ziemi na Sycylii pod Messyną, zbudował tamże klasztor i został jego pierwszym Opatem, przez pięć lat żył tu w cnocie, surowości, i umartwieniu, przyświecając podwładnym blaskiem cnót wszelkich. Raz przybyli do niego w odwiedziny bracia jego, Eutychiusz i Wiktoryn, siostra, Flawia, dalej niejaki Donat, Faustus i dyakon Fumat. Wtem wylądował na wybrzeżu korsarz Manucha i napadł klasztor. Kazał stawić wszystkich przed siebie i chciał zmusić ich do wyrzeczenia się wiary, co mu się jednak nie udało. Donatowi ścięto zaraz głowę: innych bito rózgami, wrzucono potem do więzienia i każdego dnia ponawiano biczowawanie. Gdy to nie złamało ich stałości, kazał okrutnik ich, powiesić głowami na dół i podkadzać dymem. Św. Placydowi poraniono twarz kamieniami i wycięto mu język. Przywiązywano im potem kamienie i żelaza do szyi i wrzucono do morza, ale woda wyrzuciła wszystkich na brzeg żywych i zdrowych. Wtedy korsarz kazał ich ściąć i tak dokonali wszyscy męczeństwa dnia 8 października 541 roku.

X***

## Wiadomości kościelne.

W Niedzielę dnia 13 b. m. w kościele św. Ducha kończy się odpust Matki Boskiej Różańcowej, obchodzony przez całą oktawę. Sumę o god. 11 r. odprawi Jks. B. Dąbrowski Proboszcz par. Zduny, a kazanie wygłosi Jks. Ant. Zieliński proboszcz par. Bednary. Nieszpory o god. 3 po południu odprawi Jks. Prałat M. Karpiński, po skończeniu których wyjdzie procesja na cmentarz kościelny, gdzie przy 5 ołtarzach odśpiewanych zostanie 5 Ewangelii odnoszących się do Rożańca św. Na zakończenie „Te Deum laudamus" i błogosławieństwo Najświętszym Sakramentem.

Również w tę Niedzielę przypada doroczny odpust Poświęcenia kościoła we wszystkich kościołach Archidjecezji Warszawskiej, tych które są konsekrowane.

## Czystość ciała.

Wstyd nam — Polakom przyznać się, a jednakże obowiązek obywatelski, dobrze zrozumiane uczucie patrjotyczne nakazuje nam nie zamykać oczu na nasze wady, nie karmić się pochlebstwami, lecz śmiało patrzeć i na ujemne strony naszego życia, aby tym łatwiej z nich się otrząsnąć i złe naprawić. Przyznać się więc szczerze musimy, że jesteśmy narodem brudnym i niechlujnym. Brudni są włościanie, którzy myją tylko twarz i ręce wodą, nabraną w usta. Brudni są robotnicy, którzy zmęczeni ciężką, mozolną pracą w kurzu, pyle, nieumyci kładą się do swego łoża na spoczynek. Brudni są rzemieślnicy, co raz na tydzień twarz swą i ręce obmywają. Brudne są dzieci nasze, które nie przyzwyczajają się do systematycznego mycia swego ciała. Brudne są dziewczęta i kobiety, które dbają tylko o zwierzchnią odzież i nie zwracają uwagi na czystość tych części ciała, które przykrywa odzienie, — niepomne, że czystość przyczynia się nie tylko do utrzymania zdrowia, ale też piękności. Brudni są starcy, którzy z przesadnej obawy przeziębienia, nie myją ciała swego wcale. Wiedzą o tym dobrze ci, którzy z obowiązków swoich zawodowych muszą oglądać ciało, jak np. doktorzy, członkowie komisji poborowych i t. p. Często widzi się ludzi literalnie zarośniętych brudem, od którego wstrętny zaduch odurza. Ale nawet wśród warstw wykształconych, które uznają ważność wskazówek hygienicznych, poprzestaje się najczęściej na zmianie bielizny i ubrania zwierzchniego, zapominając zupełnie o konieczności kąpieli całego ciała.

Brudni jesteśmy, — i „kołtun polski (plica polonica), który z brudu powstaje, jest niestety na całym świecie znaną właściwością naszego narodu. Wstyd nam, i czas wielki otrząsnąć się z tej ohydy!

Czystość ciała, czystość odzienia, czystość mieszkania, czystość szkoły, czystość warsztatów — wogóle czystość zawsze i wszędzie jest objawem cywilizacji. Znaną jest powszechnie rzeczą, że im naród jest więcej cywilizowany, tym więcej zużywa wody i mydła. I po ilości zużytego mydła niektórzy uczeni sądzą o stopniu cywilizacji narodów. Czystość—to zdrowie: do czystego ciała nie łatwo przyczepia się choroba. Sam brud — to już choroba, która odbiera siły człowieka, rozleniwia, denerwuje, czyni go skłonnym do innych chorób. Czystość, jako zdrowie, wzbogaca naród, daje siłę do pracy, zapobiega chorobom, zmniejsza ilość nieszczęśliwych, nędzarzy, kalek i t. d.

Najważniejszą przyczyną naszego brudu i niechlujstwa jest brak oświaty, brak uświadomienia, brak przekonania o tych kolosalnych korzyściach, jakie daje nam czystość, i o tej strasznej krzywdzie, jaką wyrządza nam brud.

Mała grupa ludzi, zorganizowana w Towarzystwo Higieniczne, czując tę naszą

wadę i rozumiejąc *korzyści osobiste, społeczne i narodowe*, wypływające z czystości, podjęła zabiegi i starania, by złemu zaradzić, by dać możność każdemu dbałości o czystość swego ciała, i w tym celu otwiera kąpiele publiczne, dostępne dla najszerszych warstw społeczeństwa.

Ażeby dokładnie zrozumieć znaczenie kąpieli dla zdrowia, potrzeba przedewszystkim poznać budowę skóry ludzkiej i jej przeznaczenie.

---

## Skóra, jej przeznaczenie i wpływ na nią wody.

Skóra stanowi ogólną pokrywę ciała i tworzy miękką, sprężystą poduszkę dla znajdujących się pod nią części, ściślej lub luźniej z nią połączonych. Powierzchnia skóry u dorosłego mężczyzny wynosi około półtora metra kwadratowego, a grubość bez podściółki tłuszczowej — waha się od 2 do 3 milimetrów. Odznacza się nadzwyczajną wytrzymałością i rozciągliwością.

W skład skóry wchodzą trzy warstwy: 1) naskórek — najwięcej powierzchowny, 2) pod nim właściwa skóra, a pod tą ostatnią 3) tkanka tłuszczowa. Naskórek podlega ciągłym zmianom: zrogowaciałe warstwy górne kruszą się, łuszczą i odpadają bezustannie, a na ich miejsce powstają świeże. Bezustanne wydalanie warstw zrogowaciałych naskórka odbywa się stopniowo, zazwyczaj zupełnie nieznacznie; jedynie w przypadkach chorobowych staje się ono widoczne w postaci energicznego łuszczenia się skóry. Prawidłowe łuszczenie się naskórka spostrzegać można w kąpieli: na powierzchni wody kąpielowej widzimy mnóstwo drobnych, białych albo białoszarych cieńkich, delikatnych płatków, zmytych z powierzchni skóry wodą kąpielową. Na podeszwach i dłoniach tworzy często grube warstwy rogowe (odciski), a na głowie t. zw. lupież.

Właściwa skóra jest siedliskiem całego szeregu nader ważnych narządów, mianowicie: naczyń krwionośnych i limfatycznych, nerwów, wreszcie gruczołów łojowych, potowych i cebulek włosowych. Obliczono, że cała skóra ludzka zawiera od $2^1/_2$ do $3^1/_2$ miljonów gruczołów potowych. Przeznaczeniem tych ostatnich jest wydzielanie potu (około kwarty dziennie), który zawiera w sobie niepotrzebne, a nawet szkodliwe dla życia i zdrowia produkty. Gruczoły łojowe wydzielają żółtawo-białą ciecz, t. zw. łój skórny, który nadaje tłustość włosom, a skórze pewną gibkość i nie dopuszcza do jej wyschnięcia, a zarazem chroni w czasie potów przed zbytnim podrażnieniem. Przewody gruczołów łojowych najczęściej wpadają do torebek włosowych i wraz z niemi wychodzą nazewnątrz. Gruczoły zaś potowe wychodzą bezpośrednio na powierzchnię naskórka. Na powierzchni więc łuszczącego się naskórka zbiera się pot i łój, które przeszkadzają wydalaniu łusek naskórka, tworząc z nim razem przez zlepianie skorupę. Skorupa taka, rzecz prosta, jeszcze więcej utrudnia prawidłową czynność skóry (wydzielanie potu i łoju) i dlatego dla zdrowia jest szkodliwą, a często bywa przyczyną rozmaitych chorób, zwłaszcza gdy do niej przyłącza się brud w postaci kurzu, sadzy i rozmaitych innych zanieczyszczeń (choroby skórne, czyraki). Zmyć tę skorupę można i trzeba wodą. Za skórą właściwą następuje tkanka tłuszczowa, która służy jako łącznik między skórą a leżącemi pod nią mięśniami, ścięgnami i powięziami.

Zadaniem skóry jest przedewszystkim stawiać opór całej masie wpływów zewnętrznych—mechanicznych, chemicznych i termicznych (zmian temperatury), aby uchronić od uszkodzenia narządy wewnętrzne, które pokrywa. Oprócz tej ochronnej czynności, skóra posiada czynność *odżywczą*. Przez skórę człowiek wchłania rozmaite ciała — gazowe (para i inne gazy), płynne i nawet stałe (np. maści). Dalej, jest ona narządem *wydzielniczym*. I pod tym względem jest ona bardzo ważnym narządem pomocniczym dla płuc i nerek. Przez skórę odbywa się proces oddychania, mianowicie: wydziela się kwas węglowy, a wchłania tlen. Obliczono, że oddychanie skórne stanowi szóstą część oddychania całego ciała. Spotęgowanie oddychania skórnego następuje po ciepłych kąpielach. Najenergiczniej wydalaną jest przez skórę para wodna w postaci potu: tego ostatniego wydziela się dziennie przeciętnie prawie tyle, co i moczu (kwarta). Wraz z potem, tak samo jak z moczem, wydalane są z organizmu różne zużyte substancje, już szkodliwe dla ustroju ludzkiego.

Dalej, skóra jest narzędziem *zmysłowym*, mianowicie: zawierając odpowiednie nerwy (w postaci cieniutkich niteczek, dostrzegalnych tylko przez szkła powiększające), jest ona siedliskiem zmysłów *dotyku, ciepłoty* i *bólu*. Wreszcie, jest ona *regulatorem ciepłoty ciała*, która w ludzkim organiźmie wynosi 37° C., i chroni od zewnętrznych zmian temperatury. Mianowicie, jeżeli organizm sam wyrabia więcej ciepła, niż potrzeba (np. po obfitym jedzeniu lub energiczniejszej pracy mięśni), lub też więcej ciepła otrzymuje zzewnątrz, dla utrzymania równowagi ciepłoty ciała musi nastąpić znaczniejszy jej ubytek. I tę czynność regulacyjną wypełnia skóra: naczynia krwionośne skóry rozszerzają się, skóra się rozgrzewa, a w następstwie tego większa ilość ciepła opuszcza organizm drogą promieniowania lub parowania wody (pocenia się). Naodwrót, pod wpływem zimna zewnętrznego, skóra chroni organizm od zbytniej utraty ciepła w ten sposób, że naczynia krwionośne skóry zwężają się, skóra pozbywa się krwi, staje

---

12)

JANUSZ PEŁKA.

# Oj młodzi... młodzi!

POWIEŚĆ.

— Koniec końców, jutro dowiemy się, czego życzy sobie sędzia śledczy odemnie.

— A wiesz? stryjaszek był wcale nie zadowolniony, krzywił się jakby go wsadzano na ruszt rozpalony.

— Człek starej kondycji społecznej. Tetryk trochę, nudny cokolwiek, nawet zdaje się nieco sybaryta, lecz poczciwosz.

W tej chwili wszedł Antek.

— Proszę panów, jest tam jakiś młody panicz i prosi aby go zameldować.

— A jak się wabi?

— Nie wiem.

— Idź gapiszu i zapytaj go o to.

— To ja! — zawołał odedrzwi, świeży jakby z żurnalu zdjęty młodzieniec.

— Kaligula!

— Witaj synu Agryppiny!

— Jakto? już wstałeś tak rano?

— Przebudziła mnie wieść okropna, którą przyniósł mi zapłakany Garrik. Wyobraźcie sobie...

— Za pozwoleniem! czy twoja nowina rzeczywiście pachnie smołą? bo jeżeli tak—ja uciekam do swego przybytku, aby wybrać się na pewną wesołą sjestę.

— Daj za wygraną wszelkim wesołościom, a raczej siadaj i słuchaj uważnie. Kto wie, czy te nasze wesołe sjesty, nie zaprowadzą nas kiedy na dno Styksu.

— Co on plecie ten syn Germanika!

— Co plotę?—posłuchaj!

— Skoro tak trzeba—już siedzę.

— Śniło mi się właśnie, żem całował twą niespożytą Niobe, zacny Katylino, gdy uczuwam, że ktoś porywa mnie w swe objęcia i sadza na łożu. Otwieram oczy— to Garrik. Ale w jakim stanie! blady, w rannym stroju, bez krawata.

— Bez krawata? ależ to zgroza!

— Julek zamilcz! Bądźżesz choć na chwilę poważnym.

— Już nim jestem, jak mumia Ramzesa pierwszego.

— No—cóż się stało?

— Otwieram oczy i patrzę na niego jak lunatyk. Po małej chwili dopiero, jestem w stanie zapytać się o powód tej miny żałobnika. Zaczął płakać, dławić się, na poły bezładnie. Wreszcie wysondowałem rzecz całą i przeraziłem się.

— Ależ gadaj do miljon djabłów!

— Po waszem odejściu, rozjechaliśmy się wszyscy. Garrik siadł z Carmen by ją odwieźć do domu. Jak wiecie, a może i nie wiecie, mieszkała ona na Smolnej. Jak twierdzi Garrik, była godzina 3-cia po północy, gdy za nią cerber domowy zatrzasnął wrota. Około szóstej po południu dziś właśnie budzi go famulus okrzykiem: panie, panie, policja zeszła. Zerwał się i w porannym kostjumie przeszedł do saloniku. Zastał tam komisarza i dwóch ajentów śledczych. Zapytują go, czy to on właściwie opiekował się panną z półświatka Heleną Ryńską z przydomkiem Carmen. Na twierdzącą odpowiedź, proszą go aby ich objaśnił jak spędzili oboje dzień wczorajszy. Powiedział jak było, nie zataiwszy naszego nocnego zebrania u Adama. Proszą go, aby wymienił osoby obecne na owej pijatyce. Wyrecytował. Dopiero w konkluzji okazało się, iż piękna Carmen odebrała sobie życie wystrzałem z rewolweru. Pozostawiła list adresowany do Garrika, za śladem którego zeszli wykonawcy bezpieczeństwa publicznego. List ten wręczono mu w całości, dopiero po odczytaniu go, musiał złożyć to pismo do rąk władzy.

— Cóż pisała do niego?

— Bagatelkę! Kilka słów tylko, które mi powtórzył z pamięci:

„Kochany mój Garriku. Użyłam już wielu słodyczy i jeszcze więcej wrażeń, pragnę doznać teraz wrażenia śmierci. Żegnaj drogi przyjacielu. Twoja Carmen".

— No i cóż dalej?

— Jakto co dalej? Bądźmy przygotowani, że lada dzień, musimy stawać wszyscy jak jeden mąż w kancelarji sędziego śledczego, celem udzielenia objaśnień.

— Jakto jeszcze jeden sędzia śledczy? a niechże pioruny zatrzasną!

— To niby ma być de profundis nad zgonem naszej przyjaciółki? Ale co znaczy to twoje: „jeszcze jeden sędzia śledczy?"

(d. c. n.)

się bladą, kurczą się włókna mięśniowe skóry, przez co skóra nabiera cech t. zw. *gęsiej skóry*,—a wszystko to utrudnia promieniowanie skóry i parowanie. Odwrotnie do naczyń krwionośnych skóry dzieje się w naczyniach krwionośnych narządów wewnętrznych. Gdy naczynia skórne rozszerzają się i skóra przepełniona jest krwią, w narządach wewnętrznych naczynia zwężają się i do narządów tych jest mały dopływ krwi; gdy naczynia skórne zwężają się i skóra blednie, krwi posiada niewiele, napływ krwi obfity przez rozszerzone naczynia następuje w narządach wewnętrznych. Ale dzieje się to wszystko w skórze zdrowej, zahartowanej, czułej na bodźce zewnętrzne.

Jak ważne znaczenie dla życia i zdrowia organizmu ma skóra, niechaj posłużą następujące fakty. Zwierzęta, których skórę pokrywamy pokostem, zdychają. Podczas uroczystości koronacji papieża Piusa X mały chłopiec, który miał odegrać rolę anioła, został w tym celu „pozłocony"; wskutek tego pozłocenia (oblepienia złoconym papierem) dziecko zmarło. Jeżeli kto oparzy się tak, iż połowa skóry jest zajętą, to zwykle umiera; a jeżeli dwie trzecie części skóry są oparzone, to umiera napewno i niema dla niego ratunku.

Z tego łatwo wyciągnąć wniosek, że czystość skóry, staranne jej pielęgnowanie jest nieodzownym warunkiem życia i zdrowia. Utrzymywać konieczną czystość skóry możemy tylko za pomocą zewnętrznego użycia wody. Woda oczyszcza skórę z brudu, kurzu, pyłu, sadzy i innych zanieczyszczeń. Woda zmywa z łatwością łuszczący się naskórek, nie dozwala zlepiać się naskórkowi z potem i łojem, przeszkadza tworzeniu na ciele skorupy, która zamyka otwory gruczołów potowych i łojowych i utrudnia wydalanie szkodliwych dla organizmu produktów. Pod wpływem wody odbywają się bez przeszkody wydalanie potu, parowanie, oddechanie skórne. Woda utrudnia usadawianie się na powierzchni skóry rozmaitych grzybków i pasożytów, które rozmnażają się doskonale na powierzchni brudnej, wodą nie mytej.

Oprócz jednak czystości skóry, woda działa jeszcze swoją temperaturą na nerwy skórne i naczynia krwionośne, które znów, wywołując odpowiednie wrażenia, wpływają w pewien określony sposób na czynności życiowe organizmu. Naturalnie, woda o temperaturze skóry (a temperatura skóry człowieka wynosi 34° C. = 28° R.) nie wywołuje żadnego szczególnego podrażnienia nerwów i naczyń krwionośnych i ma jedynie znaczenie oczyszczające dla skóry. Im wybitniejsza zachodzi różnica między ciepłotą wody, a ciepłotą skóry, tym większego doznają podrażnienia nerwy i naczynia skórne. Bodziec drażniący, naprzykład, w wodzie zimnej wywołuje skurcz licznych naczyń krwionośnych w skórze, ilość krwi zmniejsza się, skóra blednie, ale po krótkiej chwili skurczu następuje rozszerzenie naczyń, skóra wówczas czerwienieje, co łączy się z przyjemnym uczuciem ciepła. Przeciwnie pod wpływem działania wody gorącej na skórę, naczynia krwionośne rozszerzają się znacznie i na długo, skóra czerwienieje, napełnia się krwią i więcej oddaje ciepła drogą parowania i promieniowania. Na czynność serca woda zimna działa pobudzająco: sprawność serca wzmaga się, tętno zwalnia. Zimna woda powoduje również pogłębienie oddychania: wdecha się więcej niż zwyczajnie tlenu i wydecha więcej kwasu węglowego; wdech staje się głębszym, poczym następuje długi wydech.

To działanie wody zimnej zastosowano powszechnie do cucenia omdlałych (pryśnięcie zimną wodą).

Różna temperatura wody i umiejętne jej zastosowanie służy do *hartowania*, t. j. podnoszenia odporności organizmu przeciwko nagłym zmianom ciepłoty. Hartowanie ciała jest również, jak oczyszczanie skóry, nieodzownym warunkiem zdrowia, zapobiegającym zwłaszcza przeziębieniu. Wiadomą jest rzeczą, że przeziębienie sprowadza nie tyle samo działanie zimna, co nagłe zmiany temperatury. Należy więc nieustannie ćwiczyć naczynia skórne drogą sztuczną, t. j. przez wystawianie ich na działanie ciepła i zimna przy pomocy wody i stopniowe przyzwyczajanie skóry do przenoszenia tych zmian. Jak ćwiczymy mięśnie za pomocą gimnastyki, tak ćwiczyć należy naczynia krwionośne za pomocą wody.

Oprócz powyższego działania wody, ta ostatnia działa jeszcze na organizm ożywczo i pokrzepiająco, na umysł kojąco i na humor dodatnio.

Słowem, woda umiejętnie stosowana, stanowi bardzo ważny środek, utrzymujący i wzmacniający nasz najcenniejszy skarb, jakim jest zdrowie.

---

## Znaczenie kąpieli.

Po tym, cośmy wyżej przytoczyli, jasnym już jest znaczenie kąpieli. Obok ćwiczeń fizycznych, zaliczamy je w pierwszej linji do tej kategorji środków, które wpływają najlepiej w kierunku podniesienia i utrzymania dobrej sprawności organizmu. Zmywając brud, oczyszczając skórę ze wszelkich naleciałości, otwierając kanaliki gruczołów, kąpiel ułatwia wydalanie z organizmu szkodliwych produktów; działając na nerwy skórne i naczynia krwionośne, wzmaga oddychanie skórne, hartuje skórę, daje uczucie świeżości, zwiększa zasób siły i energji. To też kąpiel jest rzeczą i przyjemną i zdrową.

Według ciepłoty wody, rozróżniamy kąpiele zimne, ciepłe i gorące. Kąpiele zimne mają od 14° do 20° R., kąpiele ciepłe (albo obojętne) od 26° do 29° R. i kąpiele gorące od 30° do 35° R.

Kąpiele zimne wymagają ruchu ciała i dlatego nie nadają się do brania w wannie. Używane są chętnie w rzekach, jeziorach, morzach. W ciepłej porze lata można je brać codziennie. Wpływają na organizm bardzo dodatnio, wogóle jak woda zimna.

Ciepła kąpiel najlepiej oczyszcza ciało z potu, kurzu i złuszczonych warstw naskórka. Dzięki działaniu jej ciepłoty, doznaje się w kąpieli miłego uczucia ciepła, podnosi się sprawność tkanek, wzmaga częstość oddechów, powiększa wydzielanie wody i kwasu węglowego przez płuca, następuje żywszy ruch krwi, przyśpiesza się tętno i oddychanie skórne, wzmaga napływ krwi do skóry (wskutek czego ta ostatnia czerwienieje), a zmniejsza przekrwienie narządów wewnętrznych i mięśni, uspakajają się i wzmacniają nerwy. Atoli kąpiel działa wówczas orzeźwiająco, gdy czas jej trwania nie przenosi 15 minut i gdy po jej ukończeniu robi się kilkunasto-sekundowy zimny natrysk lub polewanie, albo wycieranie gąbką, zmoczoną w zimnej wodzie, a po kąpieli skórę doszczętnie obetrze i wysuszy. Kto z obawy lub dla wygody pomija te ostatnie zabiegi, ten nie może liczyć na wszystkie zbawienne skutki kąpieli.

Gorąca kąpiel, dzięki bardzo silnej podniecie ciepła, podnosi pobudliwość układu nerwowego, podnosi stan ciepła organizmu, rozszerza naczynia krwionośne skóry (ta ostatnia mocno czerwona), wzmaga czynność serca i oddychania, przez co żywiej odbywa się przemiana materji, obniża ciśnienie krwi w narządach wewnętrznych, zmniejsza ilość krwi w tych narządach, nie wyłączając mózgu, przez co uspakaja organizm. Dlatego nadaje się szczególniej po wytężającej pracy umysłowej. Kąpiel taka powinna być krótka: 5—10 minutowa. W kąpieli takiej zaleca się mieć zimny okład na głowie, a po kąpieli kilkusekundowy zimny natrysk lub polewanie wodą zimną.

Po kąpieli ciepłej lub gorącej, ażeby uniknąć wydelikacenia skóry, a co za tym idzie—przeziębienia, nie powinno się nigdy zapominać o jakimś krótkotrwałym zabiegu zimną wodą: czy to ćwierć minutowym natrysku, czy też wprost polewaniu wody na ciało z wyciśniętej mokrej gąbki, czy też wreszcie o wytarciu zimną gąbką. Zalecanie to zrozumiałym jest już na podstawie powyższego. Ciepła lub gorąca kąpiel rozszerza i na dość długo naczynia krwionośne. Zimny zabieg powoduje ich skurcz i co za tym idzie—mniejszą utratę ciepła. Po takim zimnym krótkotrwałym zabiegu otrzymuje się uczucie ciepła, gdy przeciwnie po kąpieli ciepłej lub gorącej bez tego zabiegu ma się uczucie zimna.

Po kąpieli ciepłej lub gorącej bez zabiegu zimnego należy się strzedz nagłej zmiany ciepłoty i dlatego zaleca się nie natychmiastowe wychodzenie na ulicę w porze zimnej, lecz przeczekanie jakiś czas (z półgodziny) w ogrzanym pokoju, aż ciepłota ciała przyjdzie do równowagi. Po zabiegu zimnym można natychmiast iść na spacer.

Jedną z najważniejszych obaw w czasie stosowania kąpieli jest *przesadna* obawa przeziębienia, odstraszająca niektóre osoby od używania kąpieli. Zaziębienie, jak wyżej zaznaczono, następuje nie tyle przez działanie zimna, choćby nadmiernego, ile raczej wskutek *nagłych* zmian ciepłoty, *gwałtownych* przeskoków z temperatury niskiej do wysokiej lub odwrotnie, szczególniej zaś po kąpieli gorącej, gdy ciało oddaje najwięcej ciepła. Można kąpać się w najzimniejszej porze roku bez uszczerbku dla zdrowia, aby tylko zachować pewne wskazówki hygieniczne. Faktem jest niezaprzeczonym, znanym z doświadczenia, że ci, którzy używają kąpieli, śmiało stawiają czoło wiatrom i niepogodzie, mniej są skłonni do przeziębienia, niż ci, co wody się boją i drżą przed lada powiewem wietrzyku.

Aby usunąć możność przeziębienia, kąpiele winno się brać w pokoju ogrzanym od 14° do 17° R., w takim że pokoju ubierać się i wypocząć. Sama kąpiel ciepła (26°—29° R.) nie powinna trwać dłużej nad 10—15 minut. Im kąpiel zimniejsza lub gorętsza, tym krócej trwać powinna. Po kąpieli całe ciało, szczególniej włosy, należy szybko i dobrze wytrzeć, oraz dokładnie osuszyć. Osobom starszym zaleca się kąpiele cieplejsze (28°—30° R.) — osobom młodszym chłodniejsze (25°—28° R.). Nie należy kąpać się zaraz po obfitym posiłku (najlepiej w 2—3 godziny), lub po zbytnim wysiłku fizycznym, gdy ciało jest bardzo rozgrzane (spocone).

Stosując się do tych wskazówek higienicznych i nie zapominając o zalecanym ochłodzeniu ciała przez natrysk lub polewanie zimne, najskuteczniej zapobiegającym przeziębieniu, można być pewnym, że przeziębienia się uniknie; przeciwnie, wzmocni się odporność przeciw przeziębieniu, organizm się zahartuje, a po każdej kąpieli człowiek zdrowszym czuć się będzie.

Kąpieli ciepłych również zbyt często używać nie należy. Jedna lub dwie kąpiele na tydzień dla człowieka zdrowego są zupełnie wystarczające. Codzienne kąpiele ciepłe bez następczego zabiegu z zimną wodą (natrysku, polewania) przyczyniają się do zniewieściałości organizmu, wydelikacenia, co sprowadza mniejszą odporność przeciw przeziębieniu, a więc wywołują skutki, wbrew przeciwne pożądanym, i stanowczo bez następczych zabiegów zimnych stosowane być nie powinny.

## Łaźnia i jej znaczenie.

Wydalanie potu, t. zw. pocenie się, jest jedną z najważniejszych czynności skóry. Wraz z potem organizm pozbywa się szkodliwych produktów przemiany materji. Pocenie się reguluje wewnętrzną ciepłotę ciała i chroni przed przegrzaniem. Oddawna też pocenie się uważane jest za bardzo skuteczny środek przeciwko różnym chorobom. Gdy mamy do czynienia z ogólnym niedomaganiem, zwłaszcza z przeziębieniem, powszechnie stosujemy środki t. zw. napotne, wywołujące poty (maliny suszone, gorące napoje i t. p. powszechnie znane i używane).

Pocenie się możemy także sztucznie wywołać, doprowadzając do ciała umyślne w tym celu ciepło w postaci pary (w parni czyli łaźni) lub gorącego powietrza (w kąpieli rzymskiej). Parnia, albo inaczej łaźnia (bania rosyjska), polega na tym, że kąpiący się przebywa jakiś czas w przestrzeni nasyconej nieprzezroczystą gorącą parą wodną lub wilgotnym gorącym powietrzem. Kąpiele takie spotkać można w Rosji w każdej wsi, jakkolwiek sposób przyrządzania ich jest wysoce prymitywny. Celem wywołania pary leją tu wodę na rozpalone kamienie lub pryskają wodą rozpyloną w postaci drobnych kropel deszczowych na żelazną rozpaloną płytę pieca.

Do właściwej parni doprowadza się parę, mającą około 40° R., wprost z kotła parowego, względnie za pomocą rur, zaopatrzonych licznemi otworkami, prawie aż do nasycenia nią powietrza. Przy ścianie właściwej łaźni znajdują się w różnej wysokości ławki, sporządzane najczęściej z łat drewnianych. Ławki podnoszą się tarasowato ku górze (na podobieństwo szerokich schodów); w ten sposób kąpiący może wystawiać się na działanie stopniowo wyżej ogrzanej pary, zaczynając od najniższych stopni i postępując coraz bardziej w górę. Rozumie się, że na im wyższy wchodzimy stopień, tym ciepłota w łaźni jest wyższa, gdyż ogrzane powietrze wznosi się, jako lżejsze, ku górze. Ciepłota w łaźni nawet na najwyższym stopniu nie powinna przekraczać 40° R. (50° C.), gdyż wyższa temperatura w łaźni nie dopuszcza do parowania wody z ciała i przez to staje się przykrą i dla zdrowia szkodliwą. Przeciwnie, w suchych kąpielach rzymskich (suche gorąco, gorące powietrze) ciepłota może dochodzić do 48°—56° R. (60°—70° C.) i znoszona bywa dobrze.

Doprowadzając ciepło wprost, łaźnia ogranicza utratę ciepła organizmu drogą przewodzenia i promieniowania i wywołuje jego zastój, t. j. nagromadza ciepło na powierzchni ciała, czemu towarzyszy podniesienie się jego ogólnej ciepłoty. Naczynia skórne rozszerzają się, przez skórę przepływa znaczniejsza ilość krwi, praca serca i płuc odbywa się raźniej, następuje silne parowanie wody i energiczne pocenie się. To ostatnie rozpoczyna się najczęściej po 5 — 10 minutach, spędzonych w parni i wywołuje miłe uczucie, spowodowane nieprzerwanym odtąd odpływem nagromadzonego na powierzchni ciała ciepła, które dzięki poceniu się skóry znalazło pożądaną drogę ujścia. Skoro pojawia się uczucie zbytniego gorąca, następuje zaczerwienienie twarzy i głowy, jako wyraz zbytnio podwyższonej ciepłoty ciała, powinno się kąpiel natychmiast przerwać.

Właściwa łaźnia składa się z następujących trzech pomieszczeń (pokojów). Z ciepłego, ogrzanego korytarza wchodzi się do również ciepłej *rozbieralni*, w której znajdują się ławy do siedzenia, szafki na rzeczy, lustro, wieszadła i t. p. Z rozbieralni wchodzi się do *mydlicy*, gdzie mamy ławy pod ścianą i na środku do leżenia, oraz natryski (z wodą gorącą, zimną i dowolną ich mieszaniną). Tu można się myć, do czego służą szkopki, które napełniać można wodą. Z mydlicy przechodzi się do *parnicy*, gdzie znajdują się ławki z czterema piętrami, na ławkach tych można leżeć; obok nich jest ławka do siedzenia, tuż dwa krany z wodą zimną i gorącą. Pod ławkami piętrowemi jest zbiornik pary, doprowadzanej przez rurę wprost z kotła, oraz szereg rur żeberkowych do ogrzewania parni. Tak urządzona jest również łaźnia łowicka. Cały budynek ogrzany jest parą z kotła, dlatego ciepłota w budynku jest równomierna, jednakowa i chroni od zmian temperatury i przeziębień.

Po użyciu łaźni (10 — 15 minutowym), gdy brud na skórze rozmięknie, winno się w mydlicy brud zmyć, następnie oblać ciało zimną wodą, w tym celu użyć zimnego natrysku (dla nieprzyzwyczajonych z początku letniego, później chłodniejszego), albo też wprost ze szkopka oblać ciało wodą. Ścieki są tak urządzone, że woda spływa natychmiast do kanału. Ażeby po wodzie i zimnej podłodze nie stąpać, podłoga w łaźni i mydlicy jest pokryta łatami drewnianemi. Tak samo jak po kąpieli ciepłej, zwracać szczególną uwagę należy na zimny zabieg wodny po łaźni. Chroni on od przeziębienia, hartuje nerwy, wywołuje skurcz naczyń krwionośnych skóry, sprowadza następcze uczucie miłe, uczucie rzeźwości, czerstwości, zdrowia.

Przejście z wysokiej ciepłoty łaźni do drugiej ostateczności, t. j. do zimnego zabiegu (natrysku, polewania zimną wodą i t. p.) osobom zdrowym stanowczo nie szkodzi. Jednak dla osób wrażliwych i delikatnych, dla ludzi starszych i takich, którzy nie są przyzwyczajeni do zimnej wody, zaleca się przed użyciem zimnej wody wziąć stopniowo ochładzane natryski. Na ciepłą, silnie zaczerwienioną, obficie w krew zaopatrzoną skórę, krótkotrwały zabieg zimny (natrysk lub polewanie) oddziaływa o wiele przyjemniej, niż zwyczajnie na skórę normalną.

Aby nie narażać się na przeziębienie, nie powinno się bezpośrednio po ukończeniu kąpieli w parni wychodzić na powietrze, ale wpierw odpocząć przez pewien czas (w rozbieralni, w poczekalni). Zresztą Rosjanie wprost po parni nadzy wychodzą na powietrze i tarzają w śniegu, a Turcy przyśpieszają ochłodzenie ciała przez poruszanie powietrza wachlarzem, bez żadnego uszczerbku dla zdrowia. Bo bezpośrednio po parni ciało nie może się przeziębić, podobnie jak nie zaziębi się człowiek w stanie silnej gorączki.

Długotrwałe użycie łaźni, jak i długotrwała ciepła kąpiel, jest szkodliwe i sprawia wyczerpanie sił, omdlenie, osłabienie czynności serca, zaburzenia w narządach odżywiania i wychudzenie. Częstsze jak raz tygodniowo, odwiedzanie łaźni także, bez wskazań lekarskich, nie jest właściwym. Kto używa jednak łaźni umiejętnie, stosując się do wskazówek hygienicznych i stale, ten może nie obawiać się przeziębienia i może być pewny zbawiennych skutków dla zdrowia.

Łaźnia jest najwłaściwszą kąpielą ludową, bo wraz z natryskiem zawiera w sobie wszelkie właściwości innych kąpieli i jest, co bardzo ważne, najtańszą.

## Historja kąpieli u różnych narodów.

Używanie wody do kąpieli jest tak dawne, jak ród człowieka. Służyła ona już od najdawniejszych czasów nietylko jako środek do obmywania ciała, ale także do przedłużania życia, do pielęgnowania zdrowia i leczenia. Zwyczaje religijne najdawniejszych ludów cywilizowanych pozwalają nam wnioskować, jak wysoko ceniono już wówczas wartość wody, czy to dla celów zdrowotnych, czy też dla orzeźwienia i wzmocnienia ciała. Doktorzy i filozofowie zalecali wodę, a mędrcy i prawodawcy, jak Zoroaster, Mahomet, Mojżesz, podnieśli regularne zmywanie ciała do godności praktyk religijnych, przez co uzyskały one wśród ludu doniosłe znaczenie. W ten sposób rozpowszechniły się kąpiele u *Indów, Egipcjan, Assyryjczyków, Żydów i Persów.* Szczególniej u *Żydów* wysoko ceniono zdrowotne znaczenie kąpieli; przepisy religijne zalecały je, a niekiedy nawet w pewnych wypadkach, wprost nakazywały. Młodzi i starzy, mężczyźni i kobiety, dzieci—wszyscy kąpali się. Już w Piśmie Świętym spotykamy różnorodne sposoby stosowania wody: zmywanie całego ciała, polewanie, kąpiele nóg lub rąk. *Egipcjanie* cenili kąpiele, jako środek oczyszczający i orzeźwiający, a nawet znali już i używali *kąpieli parowych.* Z Egiptu zwyczaj stosowania wody do celów zdrowotnych przedostał się do *Grecji.* Szczególniej Grecy, dbający bardzo o piękność ciała i jego zdrowie, cenili wysoko kąpiele. Gościom przyrządzano przed ucztą ciepłą kąpiel, zwłaszcza do mycia nóg, gdyż starożytni nosili tylko sandały; rannych leczono i krzepiono wodą. U Spartan musiały nawet dzieci, starcy i dziewczęta używać zimnych kąpieli. Greckie przysłowia głoszą: „woda spłukuje wszelkie zło"; — „niema na ziemi nic lepszego od wody". Znacznego rozpowszechnienia doczekały się kąpiele u Greków w t. zw. *gimnazjach*, t. j. zakładach specjalnych, gdzie urządzano gry i zabawy ruchowe, różne ćwiczenia fizyczne, kąpano się w specjalnych pomieszczeniach, a jednocześnie uprawiano różne umiejętności (filozofję i t. p.),—słowem, kształcono fizycznie i umysłowo. Już Hipokrates (w V wieku przed Narodzeniem Chrystusa) w księgach swych podaje dokładne wskazówki, jak długo, jak często i w jaki sposób trzeba się kąpać. Homer w pieśniach swych opiewa kąpiele, grecki filozof Pytagoras poleca uczniom używanie zimnych kąpieli, jako środka krzepiącego ducha i wzmacniającego ciało. Nie mniej wysoko, niż Grecy, cenili kąpiele *Rzymianie,* troskliwie pielęgnując skórę i ciało. Oni to stosowali u siebie słynne *rzymskie łaźnie.* Dzieje kąpieli w państwie rzymskim sięgają najdawniejszych czasów. Rozgrzani walką na polu Marsowym zapaśnicy rzucali się w Tyber (rzekę), aby odświeżyć ciało. Na wzór wspomnianych powyżej greckich gimnazjów, urządzano w Rzymie wspaniałe zakłady, zwane *termami.* Służyły one, jak i gimnazja, rozwojowi ducha,

ćwiczeniom ciała i kąpielom. Koszta ich budowy, obsługi i utrzymania opędzano bądź z kas państwowych, bądź z fundacji i darowizn. W czasie rozkwitu państwa rzymskiego, kąpiele należały do ulubionych potrzeb wszystkich warstw ludu, o czym świadczy napis, położony nad rzymskiemi termami: „in balneis salus", co znaczy: „w kąpielach zbawienie." Termy te urządzano z wielkim przepychem: były tam wspaniałe parki, terasy, stawy do kąpania, wodotryski, a w budynkach przepyszne sale do jedzenia i picia, do czytania; były też kąpiele oddzielne z wspaniałemi wannami marmurowemi, bazaltowemi i innemi. Prócz tego, każdy zamożny Rzymianin posiadał własne łazienki, na które nie szczędził kosztów. Znano wówczas także *natryski* (tusze) o różnej ciepłocie wody. Kąpali się Rzymianie co najmniej raz na dzień, zazwyczaj przed głównym posiłkiem. Oprócz wielkich, ze zbytkiem i przepychem urządzanych zakładów kąpielowych, były też u Rzymian skromniej urządzone *bezpłatne kąpiele ludowe:* w samym Rzymie za czasów cesarza Konstantyna było ich 856. Zapotrzebowanie wody w Rzymie wynosiło wówczas 750 miljonów litrów (= kwart) dziennie. Sprowadzano ją do Rzymu z górzystych okolic za pomocą olbrzymich wodociągów. Rzym wówczas liczył dwa miljony mieszkańców i zużywał wody dwa razy więcej, niż dzisiejsza stolica państwa niemieckiego Berlin o takiej samej prawie liczbie mieszkańców, uważana za najczystsze miasto w Europie. Tak pojmowana wówczas hygiena publiczna wywołuje dzisiaj w nas podziw i zasługuje na uznanie i naśladownictwo.

W *epoce chrześcijaństwa* kąpiele zaczęły wychodzić z użycia z powodu różnych ograniczeń ze strony przełożonych władz duchownych. Tak np., św. Augustyn pozwolił się kąpać tylko raz na miesiąc, a św. Hieronim zabronił kąpieli zupełnie, wyjąwszy dzieci. Wyjątkiem był św. Benedykt, który pozwolił wszystkim mnichom swego zakonu używać kąpieli. Nie wolno było jednak używać kąpieli w czasie postu, w wielkim tygodniu lub w piątek. Dopiero *wyprawy krzyżowe,* umożliwiając poznanie zwyczajów Wschodu, przyczyniły się do rozpowszechnienia kąpieli. Na Wschodzie bowiem były one w powszechnym użyciu, wskutek przepisów religijnych, ustanowionych przez Mahometa. Konstantynopol (główne miasto Turcji) jeszcze obecnie posiada około 170 publicznych łaźni, urządzonych z nadzwyczajnym przepychem. Kąpieli używają w parze wodnej, pomieszczanej z najkosztowniejszemi i najdelikatniejszemi wonnościami. Łaźnie ludowe istnieją w najmniejszych mieścinach tureckich i arabskich. Otóż dzięki tym wyprawom krzyżackim, w zamkach rycerzy średniowiecznych ciepła kąpiel uchodziła za codzienną potrzebę życia. I nie tylko szlachta, ale mieszczanie i chłopi kąpali się wówczas, jak o tym świadczą opisy publicznych t. zw. *izb kąpielowych.* Znajdowały się one w Niemczech po wszystkich miejscowościach, choć urządzenie ich było prymitywne. Z okazji wielkich uroczystości rozdawano ludowi *bilety kąpielowe bezpłatne.* Zazwyczaj kąpano się w soboty, gdyż oczyszczenie ciała uchodziło niejako za przygotowanie do nabożeństwa niedzielnego. W zwyczaju było także kąpać się przed wieczerzą, w wigilję uroczystego święta, przed ślubem i t. p. Czeladnicy i chłopcy w sobotę dostawali t. zw. dodatek kąpielowy *(Badegeld),* który też rozdawano zamiast dzisiaj praktykowanego napiwku *(Trinkgeld).*

Stulecia 16, 17 i 18 nie sprzyjały rozwojowi kąpieli. Szerzące się wtedy coraz liczniej choroby zakaźne, zwłaszcza dżuma i trąd, spowodowały ograniczanie kąpieli ciepłych, szczególniej publicznych parni i kąpieli w wannach. Publiczne bowiem kąpiele mogły być łatwo rozsadnikiem tych chorób. Dopiero w 19 wieku najpierw w Anglji zaczęto urządzać wielkie, dostępne szerokim kołom społeczeństwa baseny do pływania i ciepłych kąpieli. Za przykładem Anglji, zwłaszcza, gdy nauka hygieny co raz więcej się rozwijała, kąpiele publiczne znów zyskiwały powszechne uznanie. Przekonywano się już wtedy o ważności pielęgnowania ciała za pomocą kąpieli, natrysków i t. p., tudzież o konieczności urządzania kąpieli dostępnych dla ludu. I od kilkudziesięciu lat w ślad za postępem wiedzy rozpowszechnia się coraz bardziej hygjena publiczna, i mnożą się coraz więcej zakłady kąpielowe we wszystkich państwach cywilizowanych, a przestrzeganie czystości ciała nie tylko wpływa na podniesienie zdrowotności, ale zarazem na udoskonalenie zmysłu estetycznego. Kto bowiem utrzymuje czysto swoje ciało, ten dbać będzie także o czystość wszystkiego, co go otacza: swoich sukien, swego mieszkania i t. p. Z tego powodu Justus Liebig twierdzi, że *zapotrzebowanie mydła jest znakomitym probierzem stopnia cywilizacji danego społeczeństwa.* Celem podniesienia higieny ludu w ostatnich czasach we wszystkich miastach *Niemiec* urządzono *gminne zakłady kąpielowe,* wyposażone w baseny do pływania, wanny, natryski i parówki. W *Szwecji, Danji, Norwegji* kąpiele rozwijają się w całej pełni. W *Rosji i Finlandji* ma prawie każda wieś własne parnie, do czego używają albo wielkich pieców piekarskich, wydających gorąco, albo częściej rozłożonych na piecu kamieni, które polewa się wodą, celem wywołania pary. W *Japonji* stosowanie kąpieli weszło już oddawna w krew ludu. Istnieje tam mnóstwo licznie odwiedzanych kąpieli ludowych. W jednym mieście tylko — Tokio jest przeszło tysiąc publicznych zakładów kąpielowych, w których wydaje się dziennie około 300 — 400 tysięcy ciepłych kąpieli!

Widzimy z tego, jak ogromna dzieli nas przepaść od tego ideału, do którego zbliżyły się starożytna Grecja i Rzym, a w ostatnich czasach Japonja.

O *Słowianach* historycy VI wieku mówią, że mieli zwyczaj myć się trzy razy w życiu: w dzień narodzenia, w dzień ślubu i w dzień śmierci. Zdanie to zdaje się być nieco przesadzonym, gdyż są wiadomości, że pierwotne łaźnie u Słowian urządzano po każdym paleniu w piecu: mieszkańcy *włazili* do pieca, leżeli w nim do mocnego potu, a po wyjściu oblewali się zimną wodą. Ztąd nawet powstała nazwa „łaźnia" od słowa „włazić".

O łaźniach *w Polsce* Gąsiorowski pisze: „Łaźnia była pospolitym zwyczajem na dworze książęcym i królewskim. Bolesław Chrobry lubił łaźnię i karał w niej własnoręcznie chłostą swych ministrów. Świętą Kingę podziwiano, że przez ascetyzm unikała łaźni. Leszka Białego w łaźni napadli zbóje, nasłani przez margrabiego brandeburskiego. Kazimierz Wielki chętnie używał łaźni. Władysław Jagiełło używał jej regularnie co dzień lub co drugi. Świdrygiełło uzyskał pozwolenie od Papieża na używanie łaźni nawet w święta, co było wzbronione. Kazimierz Jagiellończyk brał łaźnię codzień. Zygmunt August przestrzega Barbarę przed zbyt długim przebywaniem w łaźni, a króla węgierskiego—przed braniem w niej posiłku. Z wygaśnięciem dynastji Jagiellonów znikają dane o łaźni na dworze królewskim.

Królowi przysługiwało prawo nadania przywilejów łaźni miastom i pobierania dochodów. Istnieją takie nadania dla Krakowa, Warszawy, Radomia, Koła i innych. Łaźnie obowiązane były wydawać *bezpłatne kąpiele* ubogim zakonnikom i uczniom, na co czyniono zapisy. Był nawet osobny *cech łaziennikóuw* w wieku XVI i XVII, który łącznie ze śledziarzami obowiązany był bronić jednej baszty. Łaziennicy jednak byli ubodzy, i istniało przysłowie: „obdarty, jak łaziennik".

Zwyczaj używania łaźni u nas trwał aż do końca wieku XVII. Za czasów Zygmunta Starego, prawdopodobnie za sprawą królowej Bony, rozpoczyna się zniewieściałość i zwyczaje włoskie: następuje odzwyczajanie się od łaźni i od kąpieli wogóle, a jednocześnie zanika dzielność i odporność ciała; wstrętny brud, choroby skórne, świerzba, parchy, kołtun i robactwo wszelkiego rodzaju trapią najbiedniejszą ludność kraju; małe miasta i osady stają się gniazdem chorób zaraźliwych, niechlujstwo i brud stają się zwyczajem. Dopiero w XIX wieku zjawiają się znów kąpiele w Poznaniu, Krakowie, Warszawie. Z rozwojem hygieny myśl o konieczności kąpieli powoli zaczyna przenikać wszystkie warstwy społeczne. Cały szereg ludzi dobrej woli, wszyscy dobrze myślący obywatele kraju dokładają starań, ażeby wszędzie, nietylko w większych miastach, lecz i w osadach, a nawet w każdej wiosce powstały kąpiele, dostępne dla najszerszych warstw naszego narodu. Oby ich zabiegi jak najwcześniej wydały pożądany owoc!

---

## Jesienne dni.

*Tak w mej piersi coś kołacze,*
*Tak boleśnie drga—*
*Chyba serce z bólu płacze*
*Chyba serce łka?!...*

*Czego płaczesz biedne serce,*
*Czemu ronisz łzy?*
*Czy że zwiędły łąk kobierce.*
*Słonko skryły mgły?*

*Czy że w sadzie znikły kwiaty*
*Z drzew opada liść—*
*Że nas rzucił gość skrzydlaty*
*By za morza iść?*

*Czy że wicher tnie ulewą*
*O okienko me?*
*Czy że stare skrzypi drzewo*
*Gdy je wicher gnie?...*

*Nie płacz serce nadaremno*
*Znów nadejdą dni,*
*Że martwotę tę jesienną*
*Słonko blaskiem ścmi...*

*Że znów wstanie słonko jasne*
*Wśród świetlanych drgań,*
*Ze snu zbudzi kwiaty krasne*
*Niosąc ziemi dań!...*

*Znów do morza spłyną wody,*
*Wiatr rozwieje mgły—*
*Świat nam uśmiech rzuci młody,*
*Ziści szczęścia sny...*

*I choć czekać na to trzeba*
*Długi, smutny czas,*
*Nową wiosnę dadzą nieba,*
*By pocieszyć nas!...*

*Ukój serce płacz daremny*
*Porzuć smutek, ból,*
*Żyj wspomnieniem w czas jesienny*
*Ukwieconych pól!...*

*Odonaj.*

---

## Kronika miejscowa.

+ **Kąpiele Towarzystwa Higienicznego.** W nadchodzącą niedzielę o godzinie $12\frac{1}{2}$ w południe nastąpi poświęcenie i otwarcie k ąpieli i łaźni w Łowiczu, na które Zarząd T-wa Higienicznego wszystkich interesujących się tą sprawą zaprasza.

### Stan Rachunków
**Łowickiego Stowarzyszenia Spółdzielczego**
*po d. 30 Września 1912 r.*

| | Winien | Ma |
|---|---|---|
| R-k Kasy . . . . . | 3711.05 | 3568.97 |
| R-k Towarów . . . . | 3080.83 | 1971.05 |
| R-k Kosztów handlowych | 201.18 | 1.00 |
| R-k Udziałowców . . | — — | 977.80 |
| R-k Różnych . . . . | 548.20 | 1229.50 |
| R-k Ruchomości . . . | 272.46 | — — |
| R-k Kapitału rezerw . | — — | 65.40 |
| | 7813.72 | 7813.72 |

---

### Zestawienie.

| | Lipiec | Sierpień | W-sień |
|---|---|---|---|
| Liczba członków | 99.— | 120.— | 125.— |
| Sprz. tow. za rb. | 569.33 | 644.34 | 757.38 |
| Targ dzienny . | 18.37 | 20.78 | 25.25 |
| *Majątek Stow.* | *968.36* | *1149.70* | *1721.42* |
| Kasa . . . | 47.98 | 57.63 | 142.08 |
| Towary . . | 656.12 | 821.38 | 1306.88 |
| Ruchomości | 264.26 | 270.69 | 272.46 |
| *Zobowiąz. Stow.* | *1087.25* | *1223.80* | *1677.80* |
| Udziały . . | 787.25 | 923.80 | 977.80 |
| Pożyczki . | — — | — — | 400.— |
| Kaucje . . | 300.— | 300.— | 300.— |

*Zarząd.*

---

+ **Ogólne Zebranie** Dnia 13 października r. b. o godz. $2\frac{1}{2}$ po poł. odbędzie się w lokalu Rob. Chrześcijańskich przy ulicy Piotrkowskiej Ogólne Zebranie Stow. Spółdzielczego, na które p. p. członków zaprasza Zarząd.

+ **Przedstawienie amatorskie.** W niedługim czasie odbędzie się w Łowiczu przedstawienie amatorskie. Odegraną będzie komedja przerobiona z powieści H. Sienkiewicza „pan Wołodyjowski" p. t. „Hajduczek". Po przedstawieniu odbędzie się wieczór tańcujący. Ponieważ w „Hajduczku" przyjmują udział najwybitniejsze siły amatorskie — przeto powodzenie z góry jest zapewnione. Próby są już w pełnym biegu.

+ **Zebranie przedwyborcze.** W ubiegłą niedzielę w sali straży ogniowej odbyło się zebranie prawyborców w celu omówienia kandydatów do Warszawy. Zebrało się około 150 osób. Na przewodniczącego wybrano p. Rejenta Goszczyńskiego, który na asesorów zaprosił p. p. Wilkoszewskiego i Fr. Trawińskiego. P. Goszczyński zaznajomił obecnych z manipulacją składania kartek wyborczych, następnie wyjaśniając cel zebrania, nawoływał do solidarności, aby nie rozpraszać głosów. Dotąd po mieście — ciągnął dalej mówca — krążyły najwięcej cztery nazwiska, mianowicie p. p. Kazimierza Kiślańskiego, Edmunda Schmidta, Wł. Tarczyńskiego i Michała Wekstejna, byłoby przeto pożądanym z tych czterech wybrać dwuch kandydatów i już zobowiązać wszystkich do solidarnego głosowania, chociaż zastrzega się mówca przeciwko jakiemukolwiek naciskowi. P. Fr. Trawiński zaznaczył, że poprzednio wybierani byli p.p. K. Kiślański i Tarczyński i sumiennie spełnili włożony na nich obowiązek, dlaczegoby i tym razem nie mieli być wybrani. P. Edward Nowakowski w obszerniejszym przemówieniu zaznaczył, iż obecnie przeżywamy osobliwe chwile, co moment wytwarzają się nowe konjunktury polityczne, należy posłać przeto do Warszawy ludzi takich, którzyby w każdej sytuacji umieli się orjentować a zawsze dobro narodu swego mieli na celu i zaproponował na wyborców p. p. Kazimierza Kiślańskiego i Edmunda Schmidta, cieszącego się dużą popularnością w naszym mieście i zapraszanego zawsze na doradcę i superarbitra we wszystkich ważniejszych sprawach naszego społecznego życia. Poczym rozdano kartki i przystąpiono do próbnego głosowania. Największą ilość głosów otrzymał p. K. Kiślański, drugim z kolei był p. W. Tarczyński—następnie p. Edmund Schmidt i inni, postanowiono przeto głosować na wyborców na p.p. K. Kiślańskiego i Wl. Tarczyńskiego, zaś utworzyć biura wyborcze w celu informowania nieuświadomionych w kancelarji rejenta p. Goszczyńskiego i w sali budynku strażackiego, poczym zebrani się rozeszli. Wybory do Warszawy odbyły się w sali straży w dniu 10 b. m. t. j. we czwartek, rezultat jeszcze niewiadomy.

+ **Topielec.** Człowiek zaginiony, o którym w swoim czasie donosiliśmy — został znaleziony w Bzurze, gdzie blizko trzy tygodnie pozostawał.

+ **Trychiny.** W rzeźni miejskiej przy badaniach mikroskopowych, wykryto trychiny. Wieprza zarażonego trychinami zniszczono.

+ **Ostrzeżenie.** P. Gubernator Warszawski cyrkularnie polecił uwiadomić zarządy powiatowe, iż Cesarski Jeneralny Konsul w Gdańsku prosi o ostrzeżenie robotników rolnych graniczących z Prusami powiatów, udających się na roboty do Prus, aby nie godzili się do zajęć u obywatela Hartinha w majątku Bielawken, niepodal miasta Pelplina w okręgu Preusisch Stargard, ze względu, iż bardzo wielu robotników było zmuszonych odejść od niego nieotrzymawszy zarobionych pieniędzy.

+ **Lokal redakcyjny.** Redakcja „Łowiczanina" przeniesioną została do własnego lokalu na 1-sze piętro, wejście z sieni obok księgarni, gdzie skrzynka pocztowa. Redakcja otwartą będzie codziennie od godziny 11 do 12 z rana oraz we wtorki, środy i czwartki od 8-ej do 10-ej wieczorem. Prenumeratę i ogłoszenia przyjmuje jak dotąd ekspedycja „Łowiczanina" przy księgarni.

+ **Owoce z Jankowa** pod Warszawą pana Edmunda Jankowskiego były oglądane z wielkim zaciekawieniem w Muzeum Towarzystwa Krajoznawczego przez licznie zwiedzających członków Towarzystwa i wprowadzonych gości. Objaśnień udzielały panie: Janina Antoniewiczówna i Marja Chmielińska, które odbyły praktykę pomologiczną w ogrodzie pana E. Jankowskiego.

Wobec zainteresowania, jakie wzbudziły owoce, oglądać je będzie jeszcze można w nadchodzącą niedzielę.

+ **Osobiste.** Jks. kanonik J. Niemira prob. par. św. Ducha powrócił z Kongresu Wiedeńskiego i Abazji i objął swoje obowiązki.

+ **Straż ogniowa ochotnicza Dąbkowicka.** P. Gubernator Warszawski w dniu 30 września r. b. za № 9101 zatwierdził Zarząd tejże straży w osobach: Prezesem Jks. Jana Niemirę kan. i prob. par. św. Ducha. Vice-Prezesem p. Jana Kreta z Jastrzębi. Członkami Zarządu Wojciecha Gajdę z Jamna i Józefa Kozę z Ostrowa, zastępcami tychże: Józefa Rutkowskiego z Domaniewic i Antoniego Antosika z Parmy. Członkami komisji rewizyjnej Jks. Juljusza Zaleskiego prob. par. Domaniewice, p. Kazimierza Kolasińskiego z Chruślina i Józefa Wójcika, zastępcami tychże: Franciszka Szymańskiego, Feliksa Kozę i Ludwika Kosiorka. Naczelnikiem straży Andrzeja Balika z Ostrowa. Pomocnikiem jego Franciszka Karczewskiego z Jamna. Zarządzającym taborem i rekwizytami Feliksa Kozę z Ostrowa. Dowódzcami, oddziału I-go we wsi Jamnie Karola Białka, oddziału II-go we wsi Domaniewice Jakóba Kosiorka, oddziału IV-go we wsi Chruślinie Jana Rucińskiego, oddziału V-go we wsi Parma Piotra Dudę, a dowódzcę oddziału III-go we wsi Ostrowie Teofila Kurczaka pan Gubernator nie zatwierdził, zastępcą jego jest Maciej Balik. Kapelanem straży mianowanym został Jks. Ludwik Chyłkowski proboszcz z Chruślina.

---

## OFIARY.

Dla księżaka kształcącego się na politechnice lwowskiej: Kochanek k. 50; Z Bąkowa Kubieć kop. 20; Marjanna Zawiślakówna kop. 15; Stanisław Wódka k. 20; Jan Wódka k. 20.

Dla chorej na oczy: Kochanek k. 50.

---

Ś. † P.

**ZOSIA KOMAR**

zmarła dnia 10 października 1912 roku.

Stroskani rodzice zapraszają życzliwych na wyprowadzenie zwłok w dniu 11 t. j. w Piątek o godzinie 4-ej po południu, na cmentarz kolegjacki.

374.

---

## Skrzynka do listów.

*Szanowny Panie Redaktorze!*

Przesyłam kilka słów w kwestji listu „Po jarmarku w Łowiczu" zamieszczonego w № 40 „Łowiczanina".

Autor tego listu radzi, ażeby podczas jarmarków inwentarz żywy wysunąć hen po za miasto. Usuńmy więc konie, bydło i trzodę za miasto, znaczy się cały już jarmark, to wtedy nie będzie nazywać się jarmark w Łowiczu, tylko gdzieś w okolicy Łowicza i przyjezdny z dalszych stron będzie musiał dopiero dopytywać się gdzie ów jarmark się odbywa. Zresztą gdyby ten jarmark trwał długo, ale tylko po trzy dni dwa razy do roku, a cztery razy po jednym dniu, to takie krótkie przebywanie owego inwentarza nie zaszkodzi tak bardzo na zdrowiu sz. autora listu.

Jarmarki w Łowiczu datują się od bardzo dawna i nie one przyczyniają się do

tych chorób, jakie panują w mieście, lecz położenie miasta w miejscowości wilgotnej. Racz Sz. Redaktorze pomieścić tych kilka słów na łamach swego poczytnego pisma. *Higienista.*

---

W sobotę, idąc z fabryki w południe byliśmy świadkami wprost barbarzyńskiego widowiska. Tuż koło mostu przy publicznej drodze dokonano sekcji na topielca, który był utonął 3 tygodnie temu i dopiero znalezionego w ubiegły piątek. Sekcji dokonano przy udziale tłumów dzieciarni i przechodniów. Dzieciarnia ciekawie się przyglądała wnętrznościom nieboszczyka leżącym na gołej ziemi. Tyle się u nas mówi i pisze, że wszystko trzeba usuwać z przed oczu, co w dziecku może obudzić złe instynkta, tyle się prawi o zdziczeniu obyczajów, o walce ze złem i t. d. lecz to są tylko piękne słowa, że tak powiem czysto polskie, wygłaszane przeważnie pod wpływem chwili go podniecenia... A czyny? Śmiech doprawdy o nich mówić, takie dalekie od wygłaszanych płomiennych pięknych zdań. Czy nie powinna była odnośna władza oszczędzić podobnego przykrego widowiska przy publicznej drodze urządzając zasłonę prowizoryczną, płot lub coś w rodzaju namiotu? Czy wreszcie sekcja nie mogła się odbyć w szpitalu? Wszak nieboszczyk i tak był już przeniesiony z terenu wypadku na inne miejsce (na drugą stronę drogi). W końcu czy doktór, sam od siebie nie powinien był pomyśleć o powyższem?

Racz Sz. Panie Redaktorze pomieścić kilka tych słów w swoim poczytnym piśmie, może wpłyną one na to, że Ci do kogo to należy w przyszłości nie będą lekceważyć nerwów publiczności i znajdą sposób, by sekcje odbywały się bez świadków niepotrzebnych, a szczególniej bez asysty dzieci. *J. B.*

---

*Do Szanownej Redakcji „Łowiczanina."*

„Większa jest łaska Boska, niż złośliwość ludzka"—tak mawiała przed laty statościna Słucka. Święte słowa pani starościnej, pomyślałem sobie, przeczytawszy w № 39 „Łowiczanina" korespondencję p. Swojaka S. pod tytułem „Miłosierna wieś". Pan Swojak S. odmawia nam wszelkich uczuć ludzkich i to tak sobie dla fantyzji, nie mając żadnych danych, żadnych podstaw, żeby w sposób lekkomyślny szkalować Klewków. Pan Swojak S. dowodzi, że odmawiamy zasiłków pogorzelcom, jałmużny biedakom. Nie wiem czy pan Swojak S. sprawdził na swojej skórze, jak my, że pod okopconą sukmaną kryje się oszust, że ubodzy, nad którymi się tak lituje p. Swojak S., często robią przegląd naszych piwnic, rozlewając mleko, kradnąc masło, co możemy protokółami policyjnemi zaświadczyć. Nie dziw więc, że nauczeni doświadczeniem jesteśmy ostrożni i zamykamy swoje chudoby w myśl zasady, że złe położenie najlepszego zepsuje. O oświatę dzieci naszych usilnie się staramy; najlepszy dowód, że w gm. Bąków do której nasz Klewków należy, otwieramy pięć nowych szkół, o które na każdem zebraniu, my chłopi z Klewkowa zawsze pierwsi głosowaliśmy. P. Swojak S. pisze, że przed 4 laty niepokojono go na drodze, prowadzącej przez Klewkowskie paśniki. Oj, trzeba było p. Swojakowi S. przyjrzeć się, jak to przejezdni szanują cudzą własność. Daliśmy dróżkę nad rzeką, a tymczasem „swojacy" rozjeżdżali nam łąkę na 10 prętów szeroko od rzeki, niszcząc siano i zasiewy. Nic dziwnego, że musieliśmy zagrodzić, aby po całych łąkach nie jeżdżono. Tak samo robią dziś mieszkańcy wsi Małszyce, zagradzając zbyteczne przejazdy przed szkódnikami. P. Swojak pisze, że odebraliśmy biednym ludziom ścieżkę ale aktualnie nie sprawdził sprawy. Ścieżka owa przeprowadzona była prawem kaduka po „zastodolu" i obok piwnic dla „biednych", którzy tamtędy prowadzali bydło i trzodę, a przy okazji robili szczegółowy przegląd naszego mienia a zwłaszcza piwnic. Dla tych powodów ścieżka została skasowana. P. Swojak S. dowodzi, że ksiądz nas stawia na ostatnim miejscu ze względu na nasze wady, oświadczamy że ścieżka została zamknięta za radą i decyzją naszych kapłanów, których prosiliśmy o pośrednictwo i od których uzyskaliśmy zezwolenie.

Tusząc sobie, że Szanowna Redakcja nie odmówi gościny naszemu sprostowaniu, pozostajemy z Szacunkiem.

Gospodarze z Klewkowa
*Ignacy Janicki*
*Antoni Kaźmierczak.*

---

## Wiadomości rolnicze.

**Uprawa jesienna pod buraki cukrowe.** Burak cukrowy jest dosyć wymagający pod względem następstwa w płodozmianie. Należy mu dawać stanowisko po roślinach wcześnie schodzących z pola. Doskonałym więc będzie rzepak, mieszanki na zieloną paszę, z kłosowych dobrym przedplonem żyto, gorszym pszenica i owies. Dobrym będzie również koniczyna na siano, strączkowe na ziarno sprzątnięte. Uprawę należy rozpoczynać od podorywki, niezwłoczne jej wykonanie po sprzęcie nadzwyczaj dodatnio wpływa na podniesienie plonu buraków (zwyżka dosięga 10%, z morgi). W kilka tygodni po podorywce, którą w czas krótki, jeśli ziemia nie jest zaperzona, wałuje się, a gdy powschodzą chwasty bronuje,—wykonuje się odwrotkę. Wtedy można wywieźć nawóz stajenny (40 fur na morgę, pełna dawka), roztrząść „zawozem" i przyorać na 4" — 5". Wystrzegać się trzeba aby nie przyorać nawozu stajennego na mokro: wtedy szczególnie na ziemiach cięższych zamykamy dostęp powietrza co powoduje złe rozkładanie się gnoju, który po tym, wyoruje się w postaci storfiałej. Jest to dowód, że nie rozłożył się należycie. Nawóz dany na podorywkę (przy odwrótce), daje możność dobrego wymieszania z ziemią, co wpływa decydująco na plon buraków cukrowych. W październiku można wykonać już orkę zimową która powinna być jaknajgłębsza, byle nie wydostawać surowej ziemi; za pługiem puszczamy pogłębiacz (radło bez skrzydełek, pług bez odkładnicy zastąpi go zupełnie), który zapuszczamy zwykle do połowy wykonywanej orki, to jest jeśli orzemy na 8" cali, pogłębiaczem bierzemy 4". Orkę zimową głęboką, pozostawiamy w „ostrej skibie" (nie bronując!) przez zimę. W taki sposób rola jest wystawiona na dodatnie działanie wody, powietrza i temperatury. Jest to swego rodzaju wzbogacanie gleby w składniki odżywcze dla przyszłej rośliny, gdyż części trudno rozpuszczalne (przyswajalne) pod działaniem czynników atmosferycznych (zmiany temperaiury—mróz) stają się rozpuszajnemi (przyswajalnemi). Niewykonanie zimowej orki jest ciężkim grzechem gospodarskim: dobrowolnie pozbawiamy się dobroczynnego współdziałania natury na powiększenie pokarmów w swojej ziemi.

**Użytkowanie liści buraczanych.** Gospodarze sprzątają obecnie buraki. Wielu z nich marnuje liście bądź to spasając je w zbyt wielkiej ilości przez krowy, które zjadając ich nadmiar, dostają biegunki, bądź to pozostawiają je bez żadnego użytku. A jednak z liści można przygotować znakomitą paszę dla krów, pożywniejszą nawet od wytłoków. Potrzeba tylko wykopać niegłęboki dół (długość zależna od ilości liści) tak, aby nie dostała się woda ze spodu; wyłożyć go na dnie plewami lub sieczką i na to układać warstwami trochę przewiędłe liście, udeptując je silnie: utworzony stos powinien wystawać dobrze ponad ziemią. Przykrywa się go ziemią szczelnie, oklepując raz przy razie łopatą. Gdy po jakimś czasie utworzą się szpary w ubitej ziemi, trzeba je zaklepywać łopatą. Przez tworzące się szpary dostawałoby się powietrze do liści i psułoby nam kiszonkę. Po 6 tygodniach mamy gotową paszę z lekko kwaśnym smakiem. Kiszonka tego rodzaju przechowuje

Cała filozofja przy urządzeniu kiszonki z liści polega na tym, aby je się doskonale do późnej wiosny, a nawet do drugiego roku.

silnie ubijać, a tworzące się szpary w przykrywającej je ziemi starannie zasypywać, co zapobiegnie dostępowi powietrza, wywołującego niekorzystne procesy fermentacyjne (przekwaszenie lub gnicie). Do liści buraczanych możem dodawać liści z kapusty, warzyw, seradelę i trawę, które nie zdołaliśmy wysuszyć.

*E. D.*

---

## Tydzień polityczny.

***W przededniu wojny na Bałkanach.*** Systuacja na Bałkanach pogarsza się i związana jest z widmem powikłań europejskich. Z inicjatywy wspólnej akcji mocarstw na Bałkanach podjętej w Paryżu, postanowiono, że mocarstwa przeprowadzą akcję zbiorową w Konstantynopolu, w Sofji zaś, Belgradzie i Atenach przeprowadzenie akcji tej powierzone będzie Austrji i Rosji.

Hr. Berthold uznał, że mianowanie gubernatorów chrześcjan jak i zaprowadzenie kontroli ze strony państw bałkańskich nad reformami, będzie dla Turcji obrażające i zgodził się tylko na ustną interwencję mocarstw w Konstantynopolu na rzecz stanowczych reform, które mają być państwom bałkańskim zagwarantowane.

Pisma donoszą, że Rosja i Francja po wywarciu odpowiedniego na nie nacisku zgodziły się na tę formę interwencji, Anglja zaś żąda jeszcze łagodniejszego ujęcia żądań wobec Turcji. Tymczasem w Bułgarji ogłoszono powszechną mobilizację, z chwilą zaś ogłoszenia takowej, ludność z całym entuzjazmem i pieśnią na ustach, z kwiatami na piersiach, spieszy tłumnie na zborne punkty. Oprócz tego tworzą się legjony ochotników, do których wstępuje młodzież poniżej lat 18, starzy powyżej 60.

***O próbną mobilizację.*** Czytamy w „Słowie". W gazecie „Zejt" po-

jawił się artykuł Księcia Ludwika Windischgrätza, członka delegacji węgierskiej o próbnej mobilizacji rosyjskiej. Ks. Windischgrätz utrzymuje, że zarządzoną mobilizację rosyjską państwa bałkańskie zrozumiały jako nacisk wywarty na Austro-Węgry, by je powstrzymać od wmięszania się w pojedynek mogący się rozegrać między słowiańskiemi państwami bałkańskiemi, a Turcją.

Rzut oka na mapę wskazuje, że mobilizacja istotnie zwróconą jest przeciw Austrji. Zdaniem Księcia tak zwana próba mobilizacji jest zawsze i wszędzie mobilizacją. Jeżeli ta próbna mobilizacja będzie utrzymana przez czas dłuższy, to będzie miała znaczenie pierwszego kroku przeciw Austrji i w takim razie troski dyplomacji austryjackiej, odnoszące się do Bałkanu, musiałyby ustąpić na plan drugi, a cała uwaga sfer odpowiedzialnych za bezpieczeństwo państwa musiałaby się zwrócić ku granicy rosyjskiej. „A wówczas—pisze Książe Windischgrätz—problemat Bałkański roztrzygnąłby się nie na półwyspie Bałkańskim, lecz na równinach Polski rosyjskiej".

## OSTATNIE WIADOMOŚCI.

*Czarnogórze* wypowiedziało wojnę Turcji.

*Z Konstantynopola* donoszą, że poseł czarnogòrski oświadczył urzędownie, że Czarnogórze wypowiada wojnę Turcji. Poseł czarnogórski opuścił Konstantynopol.

*Z Belgradu* donoszą, że powstańcy serbscy w okolicy Boranu zburzyli koszary tureckie, obsadzili mosty i połączyli się z czarnogórcami. Dwa bataliony tureckie kapitulowały, 18 batalionów tureckich jest odciętych. Straty po stronie tureckiej są ogromne.

*Z Wiednia* donoszą, że w sandżaku nowo-bazarskim w pobliżu gór Golja wre silna walka pomiędzy serbami i turkami. Serbowie cofają się do Sienicy, ażeby połączyć się z czarnogórcami.

## ODPOWIEDZI OD REDAKCJI.

P. Czesławowi Szymanowskiemu. Wiersz „Do Maryli" pomieścimy.

P. Irenie. Odpowiedzi drukować nie będziemy, ponieważ z dziedziny istotnej poezji wkroczyła na niepożądane tory korespondencji prywatnej w trywialnym tonie, lub co byłoby gorszym—robi wrażenie mistyfikacji.

P. Leon. Strob. Z artykułów korzystać będziemy o ile nie będą przekraczać ram naszego programu. W sprawie wychowania dzieci po wsiach, chętnie umieścimy. Wogóle pożądane są artykuły z dziedziny społeczno-ekonomicznej, natomiast mniej—polemiczne, gdyż zadaniem naszego pisma jest nieść pożytek wszędzie i siać zgodę. Wszelkie zaś napaści wywołują walkę.

P. Ant. Anyszewskiemu. Po przerobieniu umieścimy.

Wszystkich Sz. P. nadsyłających swe prace, redakcja uprzejmie zawiadamia, że często mimo zapewnienia nie jest w możności pomieszczać zaraz artykułów z powodu braku miejsca, wskutek napływu spraw będących na czasie.



## DROBNE OGŁOSZENIA.



Redaktor i wydawca **Karol Rybacki.** W Drukarni K. Rybackiego w Łowiczu.